

PERBANDINGAN KECERDASAN EMOSI DAN PERCAYA DIRI ANTARA SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DAN PENCAK SILAT DI SMA NEGERI 1 BLUTO

Lutfi Irwansyah

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Surabaya, inkwank.yakuza@gmail.com

Faridha Nurhayati

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan yang diadakan sekolah seperti aktifitas keolahragaan maupun non-keolahragaan. Ekstrakurikuler khususnya olahraga dapat menjadi wahana membangun karakter dan membina perkembangan individu. Kecerdasan emosi dan percaya diri menjadi salah satu hal penting yang dapat dibangun melalui aktifitas olahraga. Pengelolaan kecerdasan emosi dan percaya diri pada setiap jenis olahraga berbeda-beda terutama pada olahraga beregu dan individu. Bolavoli yang merupakan jenis olahraga beregu tentunya berbeda penerapannya dibandingkan dengan pencak silat yang merupakan jenis olahraga individu.

Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan kecerdasan emosi dan percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli dan silat di SMA Negeri 1 Bluto. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan yaitu komparatif non-eksperimen. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi dan sekaligus objek penelitian adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat. Oleh karena jumlah populasi dibawah 100 (44 siswa), maka penelitian ini termasuk jenis penelitian populasi. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan adalah angket dan analisis statistik penghitungan data dengan menggunakan uji-t.

Berdasarkan hasil penelitian dan melalui perhitungan data menggunakan *SPSS 20.0* menunjukkan hasil *value* sebesar 2,130 dan sig 0,152 pada kecerdasan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa sig (0,033) < alpha 0,05, yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sedangkan pada percaya diri menunjukkan hasil *value* sebesar 1,599 dan sig 0,213. Hal ini menunjukkan bahwa yang berarti sig (0,213) < alpha 0,05, yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima

Jadi tidak ada perbedaan kecerdasan emosi dan percaya diri yang signifikan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat di SMA Negeri 1 Bluto.

Kata Kunci : Kecerdasan Emosi, Percaya Diri, Ekstrakurikuler, Bolavoli, Pencak Silat

Abstract

Extracurricular activities are additional activities conducted by school activity such as sports and non-sports. Extracurricular, sports, in particular, can be a platform to build the character and cultivate individual development. Emotional intelligence and self-confidence be one of important thing which can build through sport activity. Emotional intelligent and self confidence management in every different type of sport, especially in team and individual. Volleyball is team type of sport which indeed has a different application compare with pencak silat as individual sport.

This study aimed to compare emotional intelligence and self-confidence of students who comply in Volleyball and pencak silat extracurricular in SMAN 1 Bluto. This research is a quantitative research. The design used was a non-comparative experiments. In this study, the population and study object are students who comply in Volleyball and Pencak silat extracurricular. Since the number of population was under 100 (44 students), therefore, this study include the type of study population. Instrument used was questionnaire and statistical analysis of data using t-test.

Based on the research results and calculate the data using *SPSS 20.0* indicate value of 2.130 and 0.152 sig in emotional intelligence. This suggest that sig (0.033) < alpha 0.05, which means that H_0 is rejected and H_1 is accepted. While the results indicate confidence value of 1.599 and 0.213 sig. this suggest that the mean sig (0.213) < alpha of 0.05, which means that H_0 is rejected and H_1 is accepted.

Thus, from this study can be concluded that there is no significant difference in emotional intelligence and self-confidence between students who comply in volleyball extracurricular and pencak silat in SMAN 1 Bluto.

Keywords : Penjasorkes, Nutrition status, Physical fitness.

PENDAHULUAN

Kegiatan siswa yang dilakukan di lingkungan sekolah merupakan upaya untuk meningkatkan hasil belajar. Dalam proses belajar mengajar di sekolah terdapat dua jenis kegiatan, yaitu intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler adalah kegiatan belajar mengajar yang berlangsung selama jam pelajaran sekolah dan wajib diikuti oleh semua siswa karena kegiatan ini ada dalam ruang lingkup kurikulum yang telah ditetapkan. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang disediakan oleh sekolah yang dilakukan di luar jam pelajaran utama dimana setiap siswa dapat memilih kegiatan-kegiatan tersebut yang sesuai dengan minat dari masing-masing siswa.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan siswa sekolah atau universitas, di luar jam belajar kurikulum standar. Kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang di luar bidang akademik. Kegiatan ini diadakan secara swadaya dari pihak sekolah maupun siswa-siswi itu sendiri untuk merintis kegiatan di luar jam pelajaran sekolah. Kegiatan dari ekstrakurikuler ini sendiri dapat berbentuk kegiatan pada seni, olahraga, pengembangan kepribadian, dan kegiatan lain yang bertujuan positif untuk kemajuan dari siswa-siswi itu sendiri, (<http://id.wikipedia.org/wiki/Ekstrakurikuler> diakses 7 Mei 2013).

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan wadah bagi siswa yang ingin berprestasi serta untuk mengasah potensi dirinya di luar jam belajar mengajar utama sekolah. Jenis-jenis kegiatan ekstrakurikuler beragam serta eksistensinya tergantung dari kebijakan sekolah masing-masing, disesuaikan dengan sarana prasarana yang ada, sumber daya manusia serta potensi dan minat siswa.

Bentuk kegiatan ekstrakurikuler bermacam-macam baik yang sifatnya keolahragaan, kesenian dan kepemudaan seperti pramuka, Palang Merah Remaja (PMR) dan Pasukan Pengibar Bendera (Paskibra). Pada dasarnya kegiatan ekstrakurikuler bertujuan sama yaitu meningkatkan potensi yang terdapat pada siswa dan menjadi sarana untuk bereksistensi dan berprestasi.

Antusiasme siswa SMA Negeri 1 Bluto Kabupaten Sumenep dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler keolahragaan cukup tinggi untuk beberapa kegiatan yang ada di sekolah tersebut. Yang paling mendapatkan perhatian yaitu bolavoli dan

pencak silat dengan jumlah peserta aktif terbanyak. Selain untuk peningkatan kemampuan fisik (anatomis dan fisiologis), keikutsertaan siswa pada kegiatan ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat juga untuk peningkatan dan pengembangan karakter serta kecerdasan sosial.

Irsyada (2000: 13) mengemukakan bahwa permainan bolavoli adalah olahraga beregu. Setiap regu berada pada petak lapangan permainan masing-masing dengan dibatasi oleh net. Bola dimainkan dengan satu atau kedua tangan hilir mudik atau bolak-balik melalui atas net secara teratur sampai bola menyentuh lantai (mati) di petak lawan dan mempertahankan agar bola tidak mati di petak permainan sendiri.

Sedangkan pencak silat sendiri menurut Gunawan (2007: 8) adalah beladiri tradisional Indonesia yang berakar dari budaya Melayu dan bisa ditemukan hampir di seluruh wilayah Indonesia. Pelaku pencak silat disebut sebagai pesilat sedangkan yang sudah mahir kadang disebut juga sebagai pendekar silat.

Kegiatan olahraga sangat berpengaruh terhadap perkembangan sosial suatu individu. Ekstrakurikuler khususnya bidang olahraga sebagai lembaga sosial dapat digunakan sebagai wahana untuk membina karakter kelompok, organisasi, masyarakat dan bahkan bangsa (Husdarta, 2010: 215).

Adapun aspek lain yang tak kalah penting dari aktifitas dan kegiatan keolahragaan yaitu (a) kebugaran dan kesehatan, (b) keterampilan fisik, (c) terkuasainya prinsip-prinsip gerak, (d) kemampuan berpikir, (e) kepekaan rasa, (f) keterampilan sosial/kecerdasan emosional dan (g) kepercayaan diri dan citra diri (*self esteem*) (Husdarta, 2011).

Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban *stress* tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdo'a (Goleman, 2007: 45). Sedangkan percaya diri menurut Lie (2003: 4) adalah yakin akan kemampuan untuk menyelesaikan suatu pekerjaan atau masalah. Dengan percaya diri, seseorang merasa dirinya berharga dan mempunyai kemampuan menjalani hidupnya, mempertimbangkan berbagai pilihan dan membuat keputusan sendiri.

Kecerdasan emosional dan rasa percaya diri merupakan faktor internal yang sangat mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam suatu aktifitas dalam hal ini aktifitas olahraga pada ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat. Siswa yang memiliki kecerdasan emosi yang baik mampu mengenali diri sendiri, mengelola

emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain serta mampu membina hubungan baik (Goleman, 2009). Sedangkan siswa yang memiliki percaya diri tinggi mampu bersikap berani menghadapi tantangan yang ada, yakin pada diri sendiri, tidak tergantung pada orang lain, tidak ragu-ragu, dan tidak menyombongkan diri (Lie, 2003: 4).

Pengelolaan kecerdasan emosi dan percaya diri pada ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat memiliki tujuan yang berbeda dalam penerapannya di lapangan. Karena kedua olahraga tersebut berbeda dari sisi teknis dan jenisnya, yakni olahraga beregu dan perorangan.

Maka dari itu, penelitian ini mengkaji mengenai “Perbandingan Kecerdasan Emosi dan Percaya Diri Antara Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolavoli dan Pencak Silat di SMA Negeri 1 Bluto”.

METODE

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian komparatif, yaitu desain penelitian yang diarahkan untuk membandingkan satu kelompok sampel dengan kelompok lainnya (Maksum, 2009: 50). Yang menjadi populasi dan sekaligus objek penelitian adalah siswa SMA Negeri 1 Bluto yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli (24 siswa) dan pencak silat (20 siswa) pada tahun ajaran 2012-2013. Oleh karena jumlah populasi relatif sedikit dan di bawah 100 (44 siswa), maka penelitian ini termasuk jenis penelitian populasi.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah angket. Angket kecerdasan emosional yang digunakan adalah dari Era Hakiki (2010) yang telah diujicobakan dan mempunyai tingkat reliabilitas 0,954. Sedangkan angket percaya diri yang digunakan adalah dari Matlas Fidiatuk Minna (2004) yang juga telah diujicobakan dan mempunyai nilai reliabilitas sebesar 0,962.

Pada analisis data, data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis komparasi (uji-t) dengan program *SPSS 2.0 for Windows*, untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan antara kecerdasan emosi dan rasa percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

A. Deskripsi Data

Pada deskripsi data ini membahas tentang rata-rata, simpangan baku, nilai maksimum, dan nilai minimum yang didapat dari hasil pembagian angket pada siswa yang terdaftar mengikuti ekstrakurikuler pencak silat dan bolavoli di SMA Negeri 1 Bluto. Dari

hasil tersebut selanjutnya disajikan sebagai dasar mencari perbedaan rata-rata kecerdasan emosi dan rasa percaya diri antara variabel X1 (siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat) dengan X2 (siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli). Berikut data hasil tes yang sudah dilakukan :

Tabel 1 Hasil Mean dan Standar Deviasi Nilai Kecerdasan Emosi dan Percaya Diri

Variabel Y dan Z	Variabel X (X1 dan X2)	Mean (Rata-rata)	SD
Kecerdasan Emosi	Ekstrakurikuler Pencak Silat	139,10	10,997
	Ekstrakurikuler Bolavoli	135,25	14,232
Percaya Diri	Ekstrakurikuler Pencak Silat	93,35	9,821
	Ekstrakurikuler Bolavoli	89,08	8,246

Berdasarkan hasil analisis tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa hasil mean (rata-rata) kecerdasan emosi untuk kelompok ekstrakurikuler pencak silat adalah 139,10 dan untuk kelompok bolavoli adalah 135,25. Sedangkan standar deviasi kecerdasan emosi kelompok pencak silat sebesar 10,997 dan 14,232 untuk kelompok bolavoli.

Tabel 2 Distribusi Interpretasi Skor Kecerdasan Emosi Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Pencak silat.

Variabel	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
Ekstrakurikuler pencak silat	Sangat Kurang	0	0%
	Kurang	0	0%
	Cukup	0	0%
	Baik	17	85%
	Sangat Baik	3	15%

Dari tabel 2 di atas dapat dijelaskan jumlah siswa yang dikelompokkan berdasarkan nilai persentase interpretasi skor menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat tidak ada yang termasuk Kategori sangat kurang, kurang dan cukup, 17 orang (85%) dalam kategori baik dan 3 orang (15%) dalam kategori sangat baik.

Tabel 3 Distribusi Interpretasi Skor Kecerdasan Emosi Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolavoli.

Variabel	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
Ekstrakurikuler bolavoli	Sangat Kurang	0	0%
	Kurang	0	0%
	Cukup	2	8%
	Baik	18	75%
	Sangat Baik	4	17%

Dari tabel 3 di atas dapat dijelaskan jumlah siswa yang dikelompokkan berdasarkan nilai persentase interpretasi skor menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli tidak ada yang termasuk kategori sangat kurang dan kurang, 2 orang (8%) dalam kategori cukup, 18 orang (75%) dalam kategori baik dan 4 orang (17%) dalam kategori sangat baik.

Tabel 4. Distribusi Interpretasi Skor Rasa Percaya Diri Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Pencak Silat.

Variabel	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
Ekstrakurikuler pencak silat	Sangat Kurang	0	0%
	Kurang	0	0%
	Cukup	3	15%
	Baik	14	70%
	Sangat Baik	3	15%

Dari tabel 4 di atas dapat dijelaskan jumlah siswa yang dikelompokkan berdasarkan nilai persentase interpretasi skor menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat tidak ada yang termasuk kategori sangat kurang dan kurang, 3 orang (15%) dalam kategori cukup, 14 orang (70%) dalam kategori baik dan 3 orang (15%) dalam kategori sangat baik.

Tabel 5. Distribusi Interpretasi Skor Rasa Percaya Diri Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolavoli.

Variabel	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
Ekstrakurikuler bolavoli	Sangat Kurang	0	0%
	Kurang	0	0%
	Cukup	3	13%
	Baik	19	79%
	Sangat Baik	2	8%

Dari tabel 5 di atas dapat dijelaskan jumlah siswa yang dikelompokkan berdasarkan nilai persentase interpretasi skor yang menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli tidak ada yang termasuk kategori sangat kurang dan kurang, 3 orang (13%) dalam kategori cukup, 19 orang (79%) dalam kategori baik dan 4 orang (13%) dalam kategori sangat baik.

B. Analisis Data

Untuk mencari perbedaan diantara kedua variabel baik pada kecerdasan emosi maupun rasa percaya diri, maka penghitungan dilakukan dengan menggunakan uji t pada program SPSS komputer. Berikut tabel hasil pengujian yang dilakukan:

Tabel 6. Hasil Uji-t Data Kecerdasan Emosi dan Percaya Diri Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Pencak Silat dan Bolavoli.

Variabel	M (Mean)	t _{hitung}	Sig.
Kecerdasan emosi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat	137,00	1,106	0,275
Kecerdasan emosi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli	91,02		
Rasa percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat	93,35	1,567	0,125
Rasa percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli	89,08		

Dengan melihat hasil olah data pada tabel signifikansi, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kecerdasan emosi dan rasa percaya diri antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat di SMA Negeri 1 Bluto.

PEMBAHASAN

Pada data hasil uji-t menggunakan program SPSS 2.0 for Windows menunjukkan nilai signifikansi 0,275 untuk kecerdasan emosi dan 0,125 untuk percaya diri. Pada hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan kecerdasan emosi dan rasa percaya diri antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat.

Meskipun tidak terdapat perbedaan signifikan di antara kedua kelompok, namun pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat terlihat memiliki nilai kecerdasan emosi dan percaya diri yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli. Nilai rata-rata kecerdasan emosi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat adalah 148,05 sedangkan pada bolavoli 143,79.

Sama halnya dengan kecerdasan emosi, siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat juga memiliki nilai percaya diri rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat memiliki nilai rata-rata sebesar 93,35 sedangkan pada bolavoli sebesar 89,08.

Hipotesis yang diajukan ditolak atau tidak adanya perbedaan yang signifikan antara kecerdasan emosi dan rasa percaya diri disebabkan adanya

kesamaan intensitas latihan diantara kedua ekstrakurikuler tersebut yaitu dua kali seminggu. Untuk ekstrakurikuler bolavoli dilaksanakan pada hari Senin dan Kamis dan pencak silat pada hari Selasa dan Jum'at mulai pukul 15.30–17.00 WIB. Selain itu, berdasarkan informasi yang dihimpun oleh peneliti, pada setiap sesi latihan baik bolavoli maupun pencak silat tidak diberikan materi penguatan mental oleh pelatih. Hal lainnya yang menjadi faktor penting pada hasil penelitian adalah kesamaan perhatian pihak sekolah terhadap kedua ekstrakurikuler karena keduanya merupakan lumbung prestasi sekolah di bidang olahraga.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan kecerdasan emosi dan percaya diri antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli dan pencak silat. Namun hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosi dan percaya diri memiliki nilai yang relatif tinggi. Hasil tersebut menjadi bukti bahwa kegiatan ekstrakurikuler sangat membantu meningkatkan kemampuan mental siswa dengan tingginya nilai keduanya. Oleh karena itu kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah hendaknya dimanfaatkan secara optimal oleh siswa dan dijadikan sebagai wadah untuk pengembangan diri, pembentukan karakter, keterampilan motorik serta potensi siswa secara keseluruhan.

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan data-data dan paparan yang telah dijabarkan sebagaimana yang telah dijelaskan pada Bab IV, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kecerdasan emosi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli tidak ada yang masuk dalam kategori sangat kurang dan kurang, 8% dalam kategori cukup, 75% dalam kategori baik dan 17% dalam kategori sangat baik. Sedangkan pada ekstrakurikuler pencak silat juga tidak ada yang termasuk dalam kategori sangat kurang, kurang dan cukup, 85% kategori baik dan 15% dalam kategori sangat baik.
2. Tingkat rasa percaya diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli tidak ada yang termasuk dalam kategori sangat kurang dan kurang, 13% kategori cukup, 79% kategori baik dan 8% kategori sangat baik. Sedangkan pada ekstrakurikuler pencak silat juga tidak ada yang termasuk dalam kategori sangat kurang dan kurang, 15% kategori cukup, 70% kategori baik dan 15% dalam kategori cukup.

3. Tidak terdapat perbedaan tingkat kecerdasan emosi yang signifikan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat dan bolavoli di SMA Negeri 1 Bluto.
4. Tidak terdapat perbedaan tingkat rasa percaya yang signifikan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat dan bolavoli di SMA Negeri 1 Bluto.
5. Kelompok yang memiliki tingkat kecerdasan emosi paling tinggi adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat.
6. Kelompok yang memiliki tingkat rasa percaya diri paling tinggi adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat.

B. Saran

1. Bagi guru mata pelajaran, pembina dan pelatih ekstrakurikuler cabang olahraga bolavoli dan pencak silat agar lebih memberikan motivasi, penguatan emosi dan mental siswa sehingga melalui kegiatan ekstrakurikuler yang terstruktur dan terprogram dapat mengembangkan potensi siswa hingga mampu berprestasi dibidangnya.
2. Bagi siswa, agar meningkatkan partisipasinya dalam kegiatan ekstrakurikuler serta mengambil nilai-nilai positif guna meningkatkan kecerdasan emosi, rasa percaya diri, keterampilan dan karakter yang menjadi poin penting dalam nilai-nilai olahraga serta pada peningkatan kualitas sumber daya manusia Indonesia.
3. Bagi pihak sekolah, agar memberikan perhatian terhadap potensi-potensi yang terdapat dalam diri siswa dengan memberikan wadah berekspresi dan memberikan sarana dan prasarana yang memadai sehingga siswa tidak hanya mampu berprestasi di bidang akademik melainkan juga pada kegiatan olahraga.
4. Dalam penelitian ini memerlukan pengembangan, maka cukup relevan bagi peneliti lain untuk dilakukan pengkajian dengan menggunakan variabel lain dengan sampel yang berbeda.

DAFTAR RUJUKAN

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka Utama
- Goleman, Daniel. 2009. *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional)*. Jakarta: P.T. Gramedia Pustaka.
- Gunawan, Gugun Arif. 2007. *Beladiri*. Yogyakarta: Insan Madani.
- Husdarta, H.J.S. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

- Husdarta, H.J.S. 2007. *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik (Olahraga dan Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta.
- Irsyada, Mahfud. 2000. *Bola Voli*. Surabaya: Departemen Pendidikan Nasional.
- Gunawan, Gugun Arif. 2007. *Beladiri*. Yogyakarta: Insan Madani.
- Lie, A. 2003. *Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak*. Jakarta: PT. Elek Media Komputindo.
- Maksum, A. 2009. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: FIK UNESA.
- _____. <http://id.wikipedia.org/wiki/Ekstrakurikuler>, (diakses 7 Mei 2013).

